

Este joc inclou 37 cartes repartides en tres baralles distintes de 12 cartes cada una i un comodí

Les tres baralles són:

BARALLA DE MONS
BARALLA DE REPTES COL·LECTIUS
BARALLA DE RECURSOS EN ESCENA

Estes cartes funcionen com a consignes per a l'escena. Estes poden ser secretes (només les coneixen les que actuen) o obertes a tot el grup.
No són una activitat en si, sinó un disparador escènic, canvien la direcció d'una proposta o ajuden a eixir d'un bloqueig creatiu. Per això, és important haver practicat abans les dinàmiques necessàries que preparen el grup per a entendre cada carta des de l'experiència corporal.

Com tot en P.L.A.F, estes cartes també poden mutar, ampliar-se o transformar-se. Si alguna no et funciona, canvia-la. Si una sessió porta una nova carta… inventa-la! D'esta manera, el grup també se sent part del procés de creació de l'estructura dramatúrgica.

BARALLA DE REPTES COL·LECTIUS

Estes cartes funcionen com a consignes grupals que han d'executar-se fugaçment en escena, totes alhora, dins de qualsevol creació col·lectiva, a excepció de la carta "Temps".

Es llancen abans de començar l'escena. Intentem que eixe repte sorgisca de manera orgànica, sense usar la paraula, per la qual cosa l'organització haurà de passar per l'escolta, l'atenció i l'agilitat de resposta grupal. No sabem quan passarà, però estem atentes perquè quan aparega el mínim indici de crear grupalment eixe repte col·lectiu, sabem que totes anirem a una.

Una vegada activat el repte col·lectiu, sense precipitar-nos, el desfem i recuperem la nostra trajectòria individual: caminem per l'espai com sabem fer-ho, mirada oberta, sense xocar, compensant l'espai, sense fer cercles.

S'utilitzen quan el grup ja ha treballat i integrat principis escènics bàsics com compensar l'espai, la percepció, les velocitats, la pausa o el ritme.

Dinàmiques en les quals s'utilitza esta baralla:
Reptes col·lectius, Text en moviment i Composició instantània amb consignes.

Cartes de la baralla de reptes col·lectius:

FILA **En un moment donat, tot el grup forma una fila** (una persona darrere d'una altra) **i es desplaça. Pot orientar-se cap al públic, en diagonal, de costat a costat, etc. Es pot caminar cap avant o cap arrere. Pot ser a diferents altures** (dempeus, acatxades, a la gatzoneta) **i a diferents velocitats.**

FILERA **En un moment donat, tot el grup forma una filera i avança. És a dir, una al costat de l'altra. Pot ser en contacte muscle amb muscle, agarrades de la mà o amb distància, però sempre formant una filera que avança. Pot avançar cap avant, marxa arrere o cap a un costat. Dirigint-se cap al públic, girant l'esquena al públic o en diagonal. Amb diferents altures i velocitats.**

CERCLE **En un moment donat, tot el grup forma un cercle en moviment. Pot desplaçar-se per l'espai com una unitat o conjunt. Pot ser que el cercle no es desplace per l'espai i que siguem nosaltres les que girem al voltant d'un punt central, o que saltem "amunt i avall".**

CONTACTE **En un moment donat, tot el grup entra en contacte físic amb algú.**
Esta carta pot interpretar-se de moltes maneres distintes. Pot buscar-se la imatge de màxim contacte, totes amb totes, donant una imatge d'amuntegament. Pot treballar-se amb la imatge de la xarxa, unes en contacte amb altres. Pot formar-se el contacte en xicotets grups. El contacte pot ser subtil o evident, momentani o sostingut, però ha d'aparéixer la imatge de cossos en relació.

A QUATRE POTES **En un moment donat, tot el grup es desplaça a quatre potes** (mans i peus en terra). **Es pot explorar la velocitat, direcció, manera de caminar o el pes del cos. Podem desplaçar-nos individualment, com un banc de peixos, en duos, trios…**

CÀMERA LENTA **En un moment donat, tot el grup es mou a càmera lenta. La proposta ha de sostindre's amb claredat perquè es perceba. No és alentir un poc: és exagerar i habitar una altra temporalitat.**
Abans de traure esta carta és convenient haver fet la dinàmica "Velocitats", "Càmera lenta" i "Carrera a càmera lenta".

UN GRAN SILENCI **En un moment donat, tot el grup fa un gran silenci. És a dir, es deté, fa una pausa, una immobilitat col·lectiva, es queda quiet. Tot el grup es deté per complet. La pausa ha de vore's, sentir-se i durar el temps necessari. No passa de colp: es contagia. Els qui paren primer, han d'aguantar més temps, fins que tot el grup estiga immòbil.**
Abans de traure esta carta és convenient haver fet la dinàmica de "La pausa, el silenci".

EL SOLO **En un moment donat, tot el grup es deté, excepte una persona, que farà un solo** (ballar, córrer, cridar...). **Com més contraste amb la resta, més es vorà. La pausa del grup ha de durar suficient perquè el públic puga apreciar-ho.**
Abans de traure esta carta és convenient haver fet la dinàmica de "La pausa, el silenci" i "Banc de peixos" o "Cor".

A TERRA **En un moment donat, tot el grup va a terra. Pot ser una immobilitat, arrossegar-se per terra, rodar, balancejar-se d'un costat a l'altre. Però tots han de fer el mateix moviment. La proposta ha de ser clara, no toque el sòl i m'alce ràpidament, si no, el públic no ho veu. Vaig a terra, habite una bona estona el sòl, explore, mire que tots estiguen en terra i que anem a una, una mateixa proposta, totes alhora. Llavors, quan ja s'ha esgotat la proposta, m'alce.**

BANC DE PEIXOS **En un moment donat, es formen un o més bancs de peixos.**
Pot aparéixer un o més bancs de peixos. No és necessari que participe tot el grup, n'hi ha prou si apareix un banc, la resta pot estar en silenci o fent una acció que no lleve el focus d'atenció. No té per què formar-se de colp, pot anar sorgint a poc a poc.
Abans de traure esta carta, és imprescindible haver fet la dinàmica de "Banc de peixos".

TRIOS **En un moment donat, tot el grup forma trios, grups de tres que es desplacen per l'espai. Els grups de tres es formen sense pressa, tranquil·lament, sense precipitació. I sobretot no s'usa la paraula: es genera amb l'escolta i el cos. Si algú es queda despenjada** (no té trio perquè el grup no és múltiple de tres) **té dos opcions: unir-se a un trio i formar un quartet, o mantindre la seua individualitat: és un solo en una mar de trios. Els trios es desplacen per l'espai com un banc de peixos o com un cor.**
Abans de traure esta carta és imprescindible haver fet la dinàmica "Banc de peixos", "Cor" i "Grups de…".

TEMPS LIMITAT **És l'única dinàmica que no funciona amb la premissa "en un moment donat, tot el grup…", ja que és una consigna que estructura la duració de l'escena:"L'escena ha de durar … min".**
Esta carta genera molta obertura en la composició instantània, ja que estructura un marc temporal, que més enllà que es complisca o no rigorosament, atorga precisió corporal en la proposta, ajuda a treballar la presa de decisions i la tensió grupal.

BARALLA DE MONS

Estes cartes obrin l'imaginari. Ens proposen una qualitat de moviment, una manera d'estar en l'espai i de relacionar-nos amb les altres des de l'àmbit corporal, el sensorial o el simbòlic.

És important destacar que si treballem, per exemple, la carta del fons de la mar, NO ESTEM en el fons de la mar, sinó que SOM el fons de la mar: Quina qualitat de moviment té el fons de la mar? Com balla el fons de la mar?

Esta diferència entre ser i estar és fonamental per a no caure en la representació ni en el "com si". No es tracta d'actuar. Es tracta d'habitar una manera d'estar en l'espai des de l'àmbit corporal i l'imaginari: Com es desplaça el futur? Quina corporalitat té un laberint? Quines trobades amb l'altra ocorren "sent" res? Com es transforma el meu cos (que en la realitat és matèria finita) quan apareix la carta d'infinit?

Dinàmiques en les quals s'utilitza esta baralla:
Trajectòries de mons, Grups de…, Text en moviment,
Quadrícula i Composició instantània amb consignes.

Cartes de la baralla de mons:

FONS DE LA MAR	LABERINT	FOC	CIUTAT
METÀL·LIC	INFINIT	AIRE	BOSC
FUTUR	AIGUA	TERRA	NO-RES

BARALLA DE RECURSOS EN ESCENA

Estes cartes activen ferramentes expressives en l'escena. Poden usar-se de manera individual o col·lectiva. Aporten capes dramatúrgiques i ajuden a enriquir el material escènic que emergix.

Totes les consignes es vinculen amb dinàmiques o aprenentatges de la guia.

Dinàmiques en les quals s'utilitza esta baralla:
Text en moviment i composició instantània amb consignes.

Cartes de la baralla de recursos en escena:

VEU **Usar veu. Pot ser paraula, so abstracte o lectura d'un text. La veu ha d'integrar-se amb el cos. No cal projectar-la com en teatre clàssic; pot ser íntima, murmurada, desarticulada.**

GEST QUOTIDIÀ **Introduir accions de la vida diària: raspallar-se les dents, agranar, posar-se una jaqueta… El gest ha de ser recognoscible, però no ha d'estar dramatitzat. Pot repetir-se, deformar-se o resignificar-se.**

ESTÀTUES **Usar les tècniques "Imatge de la paraula" en qualsevol dels seus formats. Pot ser de paraules, conceptes que hagen aparegut anteriorment. Pot ser momentani o prolongat. L'estàtua pot aparéixer i desaparéixer, o transformar-se lentament.**

MÀQUINES **Usar la tècnica de repetició. Es repetix un gest com una màquina. Pot ser mecànic, robòtic, rítmic o desarticulat. Pot ser abstracta o sobre un concepte. Ajuda a generar textura escènica.**

DIFERENTS ALTURES **Jugar amb els nivells del cos: dempeus, a quatre potes, en terra… Es pot mantindre una altura fixa o canviar-la constantment. Ajuda a trencar l'homogeneïtat del grup i generar plans visuals.**

DIFERENTS VELOCITATS **Jugar amb velocitats distintes. Pot ser individual o grupal. Algú pot anar molt lent i una altra persona pot anar molt ràpid. Es pot accelerar una part del cos i alentir-ne una altra.**

LA PAUSA **S'introduïx una pausa voluntària. A diferència del repte col·lectiu, no ha de preocupar-me que la resta em seguisca, simplement aporte pausa a la meua proposta quan ho considere apropiat. No és "no fer res", sinó ser present en la quietud.**

CAPTAR UNA ALTRA PERSONA **Observar a algú del grup i incorporar els seus gestos, els seus moviments, tal com es detalla en la dinàmica "No és copiar, és captar". És a dir, no es tracta de copiar, sinó d'inspirar-se. Pot ser un ressò directe o una traducció lliure. Pot ser captar al 100 % o al 50 %. Si tots ho fan alhora, tendix a crear-se un moviment únic.**

PUNT FIX **És molt convenient haver fet prèviament la dinàmica d'exploració "Punt fix", abans que aparega esta carta en escena. El punt fix pot situar-se en la paret, o en parelles, tal com es detalla en la dinàmica, però també pot situar-se en terra, en un punt flotant en l'espai, en el sostre…**

PILOTES **Usar pilotes en escena. Les pilotes poden llançar-se, amagar-se, rodar-se, habitar-se. Podem portar a escena dinàmiques com ara "Pilotes", "Això no és una pipa", "Punt fix amb pilota" o incorporar l'objecte a altres dinàmiques: Com és un banc de peixos, si la que proposa té una pilota i la resta no? Es pot fer una màquina que incorpore la pilota com a part de l'engranatge? I si el grup fa trajectòries i ens anem passant la pilota? No es tracta de jugar com a esport, sinó d'incorporar-les al llenguatge escènic.**

CORDES **Usar cordes en escena. És molt convenient haver realitzat prèviament la dinàmica d'exploració "Cordes" i "Punt fix amb corda", abans que aparega esta carta en escena. Les cordes poden connectar cossos, dividir l'espai i marcar trajectòries. Poden ser límits o extensions del cos. Poden transformar-se en altres coses.**

MIRAR AL PÚBLIC **Encara que esta consigna no s'ha treballat en cap dinàmica, esta senzilla pauta de "trencar la quarta paret" i mirar al públic directament, transforma radicalment l'escena.**



Quan apareix, **EL COMODÍ** ens servix per a inventar noves consignes o proposar-ne una que ja existix quan no ha eixit i sentim que fa falta.
Pot pertànyer a qualsevol de les tres baralles.



Este juego incluye 37 cartas repartidas en 3 mazos distintos de 12 cartas cada uno y un comodín.

Los tres mazos son:

Mazo de mundos
Mazo de retos colectivos
Mazo de recursos en escena

Estas cartas **funcionan como consignas para la escena. Éstas pueden ser secretas** (solo las conocen las que actúan) **o** abiertas a todo el grupo.
No son una actividad en sí, sino un disparador escénico, cambian la dirección de una propuesta o ayudan a salir de un bloqueo creativo. Por eso, **es importante haber practicado antes las dinámicas necesarias que preparan al grupo para entender cada carta** desde la experiencia corporal.

Como todo en P.L.A.F., estas cartas también pueden mutar, ampliarse o transformarse. Si alguna no te funciona, cámbiala. Si una sesión trae una nueva carta… ¡invéntala! Así el grupo también se siente parte del proceso de creación de la estructura dramatúrgica.

Mazo de retos colectivos

Estas cartas funcionan como consignas grupales que deben ejecutarse fugazmente en escena, todas a la vez, dentro de cualquier creación colectiva, a excepción de la carta "Tiempo".

Se lanzan antes de empezar la escena. Intentamos que ese reto surja de manera orgánica, sin usar la palabra, con lo que la organización deberá pasar por la escucha, la atención y la agilidad de respuesta grupal. No sabemos cuándo va a suceder, pero estamos atentas para que cuando aparezca el menor indicio de crear grupalmente ese reto colectivo, sabemos que todas iremos a una.

Una vez activado el reto colectivo, sin precipitarnos, lo deshacemos y recuperamos nuestra trayectoria individual: caminamos por el espacio como sabemos hacerlo, mirada abierta, sin chocar, compensando el espacio, sin hacer círculos.

Se utilizan cuando el grupo ya ha trabajado e integrado principios escénicos básicos como compensar el espacio, la percepción, las velocidades, la pausa o el ritmo.

Dinámicas en las que se utiliza este mazo:
Retos colectivos, Texto en movimiento y Composición instantánea con consignas.

Cartas del mazo de mundos:

FILA En un momento dado, todo el grupo forma una fila (una persona detrás de otra) y se desplaza. Puede orientarse hacia el público, en diagonal, de lado a lado, etc. Se puede caminar hacia delante o hacia atrás. Puede ser a distintas alturas (de pie, agachadas, a cuclillas) y a diferentes velocidades.

HILERA En un momento dado, todo el grupo forma una hilera y avanza. Es decir, una al lado de la otra. Puede ser en contacto hombro con hombro, cogidas de la mano o con distancia, pero siempre formando una hilera que avanza. Puede avanzar hacia delante, marcha atrás, para un lado. Dirigiéndose hacia el público, dando la espalda al público, en diagonal. Con diferentes alturas y velocidades.

CÍRCULO En un momento dado, todo el grupo forma un círculo en movimiento. Puede desplazarse por el espacio como una unidad o conjunto. Puede que el círculo no se desplace por el espacio y que seamos nosotras las que damos vuelta alrededor de un punto central, o que saltemos "arriba y abajo".

CONTACTO En un momento dado, todo el grupo entra en contacto físico con alguien. Esta carta puede interpretarse de muchas maneras distintas. Puede buscarse la imagen de máximo contacto todas con todas, dando una imagen de amontonamiento. Puede trabajarse con la imagen de la red, unas en contacto con otras. Puede formarse el contacto en pequeños grupos. El contacto puede ser sutil o evidente, momentáneo o sostenido, pero debe aparecer la imagen de cuerpos en relación.

CUATRO PATAS En un momento dado, todo el grupo se desplaza a cuatro patas (manos y pies en el suelo). Se puede explorar la velocidad, dirección, forma de caminar o el peso del cuerpo. Podemos desplazarnos individualmente, como banco de peces, en dúos, tríos…

CÁMARA LENTA En un momento dado, todo el grupo se mueve en cámara lenta. La propuesta debe sostenerse con claridad para que se perciba. No es ralentizar un poco: es exagerar y habitar otra temporalidad. Antes de sacar esta carta es conveniente haber realizado la dinámica "Velocidades", "Cámara lenta" y "Carrera a cámara lenta".

UN GRAN SILENCIO En un momento dado, todo el grupo hace un gran silencio. Es decir, se detiene, hace una pausa, una inmovilidad colectiva, se quedan quietas. Todo el grupo se detiene por completo. La pausa debe verse, sentirse y durar el tiempo necesario. No sucede de golpe: se contagia. Quienes paran primero deben sostener más tiempo, hasta que todo el grupo esté inmóvil. Antes de sacar esta carta es conveniente haber realizado la dinámica de "La pausa, el silencio".

EL SOLO En un momento dado, todo el grupo se detiene menos una persona, que realiza un solo (baila, corre, grita...). Cuanto más contraste con el resto, más se verá. La pausa del grupo tiene que durar suficiente para que el público pueda apreciarlo. Antes de sacar esta carta es conveniente haber realizado la dinámica de "La pausa, el silencio" y "Banco de peces" o "Coro".

SUELO En un momento dado, todo el grupo va al suelo. Puede ser una inmovilidad, arrastrarse por el suelo, rodar, balancearse a lado y a lado. La propuesta tiene que ser clara, no toco el suelo y me levanto rápidamente, porque si no el público no lo ve. Voy al suelo, miro que todo el mundo esté en el suelo y me levanto.

BANCO DE PECES En un momento dado, se forman uno o más bancos de peces. Puede aparecer uno o más bancos de peces. No es necesario que participe todo el grupo, basta con que aparezca un banco, el resto puede estar en silencio o realizando una acción que no quite el foco de atención. No tiene por qué formarse de golpe, puede ir surgiendo poco a poco. Antes de sacar esta carta es imprescindible haber realizado la dinámica de "Banco de peces".

TRÍOS En un momento dado, todo el grupo forma tríos, grupos de tres que se desplazan por el espacio. Los grupos de tres se forman sin prisa, tranquilamente, sin precipitación. Y sobre todo no se usa la palabra: se genera con la escucha y el cuerpo. Si alguien se queda descolgada (no tiene trío porque el grupo no es múltiplo de tres) tiene dos opciones: unirse a un trío y formar un cuarteto, o mantener su individualidad: es un solo en un mar de tríos. Los tríos se desplazan por el espacio. Los tríos se desplazan por el espacio como un banco de peces o como un coro Antes de sacar esta carta es imprescindible haber realizado la dinámica "Banco de peces", "Coro" y "Grupos de…".

TIEMPO LIMITADO Es la única dinámica que no funciona bajo la premisa "en un momento dado, todo el grupo…" ya que es una consigna que estructura la duración de la escena: "La escena tiene que durar …min".realizado la dinámica "Banco de peces", "Coro" y "Grupos de…". Esta carta genera mucha apertura en la composición instantánea, ya que estructura un marco temporal, que más allá de que se cumpla o no a rajatabla, otorga precisión corporal en la propuesta, ayuda a trabajar la toma de decisiones y la tensión grupal.

Mazo de mundos

Estas cartas abren el imaginario. Nos proponen una calidad de movimiento, una forma de estar en el espacio y de relacionarnos con las otras desde lo corporal, lo sensorial o lo simbólico.

Es importante destacar que, si trabajamos por ejemplo la carta del fondo del mar, NO ESTAMOS en el fondo del mar, sino que SOMOS el fondo del mar: ¿Qué calidad de movimiento tiene el fondo del mar? ¿Cómo baila el fondo del mar?

Esta diferencia entre ser y estar es fundamental para no caer en la representación ni en el "como si". No se trata de actuar. Se trata de habitar una forma de estar en el espacio desde lo corporal y lo imaginario: ¿Cómo se desplaza el futuro? ¿Qué corporalidad tiene un laberinto? ¿Qué encuentros con la otra suceden "siendo" nada? ¿Cómo se transforma mi cuerpo (que en lo real es materia finita) cuando aparece la carta de infinito?

Dinámicas en las que se utiliza este mazo:
Trayectorias de mundos, Grupos de…, Texto en movimiento,
Cuadrícula y Composición instantánea con consignas.

Cartas del mazo de mundos:

FONDO DEL MAR	LABERINTO	FUEGO	CIUDAD
METÁLICO	INFINITO	AIRE	BOSQUE
FUTURO	AGUA	TIERRA	NADA

Mazo de recursos en escena

Estas cartas activan herramientas expresivas en la escena. Pueden usarse de forma individual o colectiva. Aportan capas dramatúrgicas y ayudan a enriquecer el material escénico que emerge.

Todas las consignas se vinculan con dinámicas o aprendizajes de la guía.

Dinámicas en las que se utiliza este mazo:
Texto en movimiento y Composición instantánea con consignas.

Cartas del mazo de mundos:

VOZ Usar voz. Puede ser palabra, sonido abstracto, o lectura de un texto. La voz debe integrarse con el cuerpo. No hay que proyectarla como en teatro clásico; puede ser íntima, susurrada, desarticulada.

GESTO COTIDIANO Introducir acciones de la vida diaria: cepillarse los dientes, barrer, ponerse una chaqueta… El gesto debe ser reconocible, pero no tiene que estar dramatizado. Puede repetirse, deformarse o resignificarse.

ESTATUAS Usar las técnicas de "Imagen de la palabra" en cualquiera de sus formatos. Puede ser de palabras, conceptos que hayan aparecido anteriormente. Puede ser momentáneo o prolongado. La estatua puede aparecer y desaparecer, o transformarse lentamente.

MÁQUINAS Usar la técnica de repetición. Se repite un gesto como una máquina. Puede ser mecánico, robótico, rítmico o desarticulado. Puede ser abstracta o sobre un concepto. Ayuda a generar textura escénica.

DISTINTAS ALTURAS Jugar con los niveles del cuerpo: de pie, a cuatro patas, al suelo…
Se puede mantener una altura fija o cambiarla constantemente. Ayuda a romper la homogeneidad del grupo y generar planos visuales.

DISTINTAS VELOCIDADES Jugar con velocidades distintas. Puede ser individual o grupal. Alguien puede ir muy lento mientras otra persona va muy rápido. Se puede acelerar una parte del cuerpo y ralentizar otra.

LA PAUSA Se introduce una pausa voluntaria. A diferencia del reto colectivo, no tengo que preocuparme de que el resto me siga, simplemente aporto pausa a mi propuesta cuando considere apropiado. No es "hacer nada", sino estar presente en la quietud.

CAPTAR A OTRA PERSONA Observar a alguien del grupo e incorporar sus gestos, sus movimientos, tal como se detalla en la dinámica "No es copiar, es captar". Es decir, no se trata de copiar, sino de inspirarse. Puede ser un eco directo o una traducción libre. Puede ser captar al 100% o al 50%. Si todo el mundo lo hace a la vez, tiende a crearse un movimiento único.

PUNTO FIJO Es muy conveniente haber realizado previamente la dinámica de exploración "Punto fijo", antes de que aparezca esta carta en escena. El punto fijo puede situarse en la pared, o en parejas, tal como se detalla en la dinámica, pero también puede situarse en el suelo, en un punto flotante en el espacio, en el techo…

PELOTAS Usar pelotas en escena. Las pelotas pueden lanzarse, esconderse, rodarse, habitarse. Podemos traer a escena dinámicas como "Pelotas", "Esto no es una pipa", "Punto fijo con pelota" o incorporar el objeto a otras dinámicas: ¿Cómo es un banco de peces, si la que propone tiene una pelota y el resto no? ¿Se puede hacer una máquina que incorpore la pelota como parte del engranaje? ¿Y si el grupo realiza trayectorias y nos vamos pasando la pelota? No se trata de jugar como deporte, sino de incorporarlas al lenguaje escénico.

CUERDAS Usar cuerdas en escena. Es muy conveniente haber realizado previamente la dinámica de exploración "Cuerdas" y "Punto fijo con cuerda", antes de que aparezca esta carta en escena. Las cuerdas pueden conectar cuerpos, dividir el espacio, marcar trayectorias. Pueden ser límites o extensiones del cuerpo. Pueden transformarse en otras cosas.

MIRAR AL PÚBLICO Aunque esta consigna no se ha trabajado en ninguna dinámica, esta sencilla pauta de "romper la cuarta pared" y mirar al público directamente, transforma radicalmente la escena.



Cuando aparece, EL COMODÍN nos sirve para inventar nuevas consignas o proponer una que ya existe cuando no ha salido y sentimos que hace falta. Puede pertenecer a cualquiera de los tres mazos.